

# 難病患者のための 災害時準備ガイドブック



(ふりがな)		男・女	生年月日	大正・昭和・平成 年 月 日
氏 名				
住 所		電話番号		

大 分 県

### 【緊急時連絡先】

氏 名	(関係 ) 同居・別居	住 所	
		電話番号	
氏 名	(関係 ) 同居・別居	住 所	
		電話番号	
氏 名	(関係 ) 同居・別居	住 所	
		電話番号	

### 【かかりつけ医】

医療機関名		所 在 地	
担当医名		電話番号	
医療機関名		所 在 地	
担当医名		電話番号	

### 【疾患名、医療受給者証等】

疾患名		主な症状	
医療受給者証 (公費負担番号)	特定疾患・その他( ) 〈                      〉	受給者番号	
健康保険証	国保 ・ 健保 ・ 共済 後期高齢・その他( )	記号・番号	
介護保険証	要支援 1・2 要介護 1・2・3・4・5	番 号	
血液型	A ・ B ・ O ・ AB    【Rh ( + ・ - ) 】		

# 目 次

<b>1 災害時に備える事前準備の必要性</b>	1
<b>2 地震等大規模な災害で予想されるトラブル</b>	2
<b>3 平常時から準備しておくこと</b>	3
(1) 情報収集と連絡手段の確保	3
(2) その他準備しておくことよいこと (もの)	9
<b>4 特殊な医療別の準備</b>	11
(1) 人工呼吸器を使用している方	11
(2) 在宅酸素療法を実施している方	12
(3) 人工透析をしている方	12
<b>【医療情報等】</b>	
●医療・服用薬に関する情報	17
●医療処置等に関する情報 (1)	18
(人工呼吸器使用者、酸素療法等)	
●医療処置等に関する情報 (2)	19
(人工透析)	
●自立度	21
<b>【その他】</b>	
●非常持ち出し品 (一般分) チェックリスト	22
●人工呼吸器使用者用災害時の備えチェックリスト	25
●搬送時の留意点	27

# 1 災害時に備える事前準備の必要性

地震や津波あるいは台風等の災害時には、電気、水道等の日常生活に必要なものの途絶や、通信手段や公共交通機関の不通など、極めて厳しい生活状況となり、それが数時間、あるいは数日間続くことも予想されます。

特に大分県は、九州本土最高峰の九重連山からリアス式海岸まで、小盆地の点在する複雑な地形であり、災害時に地理的に孤立しやすい場所が多いと言えます。

万一災害が発生した場合、運動機能障害がある、人工呼吸器を使用している、あるいは、特別な医薬品の使用などを必要とする難病患者は、救助の手が届くまで、必要な治療あるいは処置をどう維持するかが問題となります。

このマニュアルは、難病患者あるいはその家族等が万一に備えて、どんな準備をしておく必要があるかを掲載してあります。

実際の準備を始めるときは、主治医や医療機器業者などの関係者に相談して進めてください。



## 2 地震等大規模な災害で予想されるトラブル

- 電気、水道、ガス等の生活や治療に必要なライフラインの切断
- 電話の不通、混雑による通信手段の遮断
- 公共交通機関の停止、道路の寸断等による移動手段の途絶

等が考えられます。特に難病患者にとっては、医療機器の通常の使用ができない、かかりつけの病院に行けない、必要な医療処置が受けられない、中断できない薬が不足するなど、様々な問題が生じる可能性があります。



## 3 平常時から準備しておくこと

災害時のトラブルを最小限に抑えるため、平常時に準備しておくことについて例示しますので、参考にしてください。

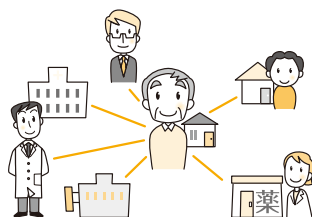
### (1) 情報収集と連絡手段の確保

災害時には、避難情報（避難勧告・指示など）、津波情報などの災害情報をいち早く把握する必要があります。県では、県民安全・安心メールで災害情報を配信していますので、登録をお勧めします。（<http://www.bousai-oita.jp/pc/index.html>）



また、災害時には、様々な形でいろんな人の手助けを必要とすることになります。電話の不通や道路の寸断など、外部との連絡が途絶えることも予想されます。

こうした事態に備えるため、連絡手段を確保しておく必要があります。



### 【近隣・医療関係者等との連絡手段】

- かかりつけ医や医療機器取扱業者、保健所、消防署、市町村など災害時の優先連絡先を日頃から確認しておきましょう。他の人が見ても分かりやすいところに表示しておくことよいでしょう。  
※この冊子の表紙（表・裏）の裏側に緊急時連絡先を記入できるようにになっていますので、活用してください。

- 災害時によらず、人工呼吸器等の医療機器を使用している場合は、停電、断水等の情報を電力・ガス会社、市町村に迅速に提供してもらえるよう依頼しておきましょう。

※九州電力の停電・緊急情報に関する携帯メールサービスに

登録しておくとも自動的に情報が届きますので便利です。(携帯電話用アドレス <http://www1.kyuden.co.jp/php/boirsp/top.html>)



- 民生委員や隣近所に、難病患者の情報をあらかじめ提供しておき、災害時に安否確認や避難の手助けを優先してもらえないようにしておきましょう。仮に、あまり人に病気のことを知られたくないのであれば、市町村、保健所等公的機関にだけでも情報提供をしておきましょう。

※保健所、市町村（難病担当）の連絡先は、表記のとおりです。

- また、自分の方からも、無事であることを含め、状況を報告しておくことも、効率的な支援を行うためには大切です。

### 〈保健所一覧〉

保健所名	電 話	所 在 地	管轄市町村
東部保健所	0977-67-2511	874-0840 別府市大字鶴見字下田井 14-1	別府市、杵築市日出町
〃 国東保健部	0978-72-1127	873-0504 国東市国東町安国寺 786-1	国東市姫島村
中部保健所	0972-62-9171	875-0041 臼杵市大字臼杵字洲崎 72-34	臼杵市津久見市
〃 由布保健部	097-582-0660	879-5421 由布市庄内町柿原 337-2	由布市
南部保健所	0972-22-0562	876-0844 佐伯市向島 1-4-1	佐伯市
豊肥保健所	0974-22-0162	879-7131 豊後大野市三重町市場 934-2	竹田市豊後大野市
西部保健所	0973-23-3133	877-0025 日田市田島 2-2-5	日田市、九重町玖珠町
北部保健所	0979-22-2210	871-0024 中津市中央町 1-10-42	中津市宇佐市
〃 豊後高田保健部	0978-22-3165	879-0617 豊後高田市是永町 39	豊後高田市
大分市保健所	097-536-2516	870-8506 大分市荷揚町 6-1	大分市

## 〈市町村担当課一覧〉

市町村名	担当課	電 話	所 在 地
大 分 市	保 健 所 健 康 課	097-536-2516	870-8506大分市荷揚町6-1
別 府 市	健康づくり 推 進 課	0977-21-1117	874-0931別府市西野口町15-33 (別府市保健センター)
中 津 市	健 康 保 険 年 金 課	0979-22-1111	871-8501中津市豊田町14-3
日 田 市	社会福祉課	0973-23-3111	877-8601日田市田島二丁目6番1号
佐 伯 市	健康増進課	0972-23-4500	876-8585佐伯市中村南町1-1
臼 杵 市	保険健康課	0972-63-1111	875-8501臼杵市大字臼杵72-1
津 久 見 市	健康推進課	0972-82-9523	879-2435津久見市宮本町20-15
竹 田 市	福祉事務所	0974-63-4811	878-8555竹田市大字会々 1650
豊後高田市	子 育 て・ 健康推進課	0978-22-1155	879-0604豊後高田市美和1335-1
杵 築 市	健康推進課	0977-75-2400	873-0001杵築市大字杵築377-1
宇 佐 市	健 康 課	0978-32-1111	879-0453宇佐市大字上田1030-1
豊後大野市	健康推進課	0974-22-1001	879-7198豊後大野市三重町市場1200
由 布 市	健康増進課	0977-84-3111	879-5192由布市湯布院町川上3738-1
国 東 市	福祉対策課	0978-72-5164	873-0502国東市国東町田深280-2
姫 島 村	健康推進課	0978-87-2177	872-1501姫島村1630-1
日 出 町	福祉対策課	0977-73-3121	879-1592日出町2974-1
九 重 町	保 健 福 祉 セ ン タ ー	0973-76-3838	879-4895九重町大字後野上17-1
玖 珠 町	福祉保健課	0973-73-9130	879-4405玖珠町大字岩室24番地の1

## 【家庭からの連絡手段】

- NTTの災害伝言ダイヤル  
「171」の利用法を確認し  
ておきましょう。(右記参照)

- インターネット回線やその  
他の利用できる情報伝達方

法（利用方法）を確認しておきましょう。(P7～8参照)





## 災害用伝言ダイヤル（171）について

地震、噴火などの災害の発生により、被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合に提供が開始されるN T Tの電話サービスです。震度6弱以上の地震発生時等（震度5強以下の地震及びその他の災害発生時には、電話の通信状況などを勘案し、被災地を所掌するN T T西日本または東日本が提供を判断）に利用できます。

一般加入電話、公衆電話、ひかり電話（電話サービス）から利用できます。携帯電話、P H S等からも利用できますが、利用できない事業者もありますので、契約している通信事業者への確認が必要です。

- 【利用可能な3つのパターン】
- ①被災地内での家族間、関係者間での連絡
  - ②被災地の方から被災地外の関係者への連絡
  - ③被災地外の関係者から被災地の方への連絡

### 伝言の録音方法

- ①「171」をダイヤル
- ② ガイダンス（音声）が流れる
- ③ ダイヤル「1」を押す
- ④ ガイダンス（音声）が流れる
- ⑤ 自宅の電話番号を押す  
（市外局番から）
- ⑥ ガイダンス（音声）が流れる
- ⑦ 伝言の録音

### 伝言の再生方法

- ①「171」をダイヤル
- ② ガイダンス（音声）が流れる
- ③ ダイヤル「2」を押す
- ④ ガイダンス（音声）が流れる
- ⑤ 相手方の電話番号を押す  
（市外局番から）
- ⑥ ガイダンス（音声）が流れる
- ⑦ 伝言の再生

※暗証番号の利用により、他人に聞かれない伝言など特定の方々の間での伝言録音・再生も可能です。

※サービスの利用料は無料ですが、発信地から伝言の録音または再生する電話番号までの通話料金（通常、電話をかける場合と同様な料金）がかかります。

※電話番号1件あたり最大の伝言蓄積数や保存期間等は、災害の状況により異なります。

### 【体験利用の案内】

災害時以外にも、災害用伝言ダイヤル（171）を体験できるように「体験利用日」を設定しています。是非、家族・親戚・友人等の間で体験してください。

#### 〈体験利用日〉

- 毎月1日及び15日の00:00～24:00
- 正月三が日（1月1日の00:00～1月3日の24:00）
- 防災週間（8月30日の9:00～9月5日の17:00）
- 防災とボランティア週間（1月15日の9:00～1月21日の17:00）

※体験利用時においても災害運用時と同様に、発信地から伝言の録音または再生する電話番号までの通話料金（通常、電話をかける場合と同様な料金）がかかります。

## 災害用ブロードバンド伝言板 (web171) について

災害等の発生時、被災地域（避難所等含む）の居住者がインターネットを経由して伝言板サイトにアクセスし、電話番号



号をキーとして伝言情報（テキスト・音声・画像）の登録が可能なサービスです。

登録された伝言情報は、電話番号をキーとして全国（海外も含む）から閲覧することが可能です。

災害用伝言ダイヤル（**171**）同様、震度6弱以上の地震発生時等（震度5強以下の地震及びその他の災害発生時には、電話の通信状況などを勘案し、被災地を所掌するNTT西日本または東日本が提供を判断）に利用できます。

なお、安否情報の登録、閲覧に伴う利用料金は無料ですが、インターネット接続費用やプロバイダー利用料及び、ダイヤルアップ接続の場合は通信用料等が別途必要になります。

### 【利用方法】

災害時に、<https://www.web171.jp>にアクセスし、利用規約を確認した後、「同意する」ボタンをクリックし、必要な情報を入力することになりますが、詳細については、<http://www.ntt-west.co.jp/dengon/web171/>をご覧ください。

### 【体験利用の案内】

災害時以外にも、災害用ブロードバンド伝言板（**Web171**）を体験できるように「体験利用日」を設定しています。是非、家族・親戚・友人等の間で体験してください。

#### 〈体験利用日〉

- 毎月1日及び15日の00:00～24:00
- 正月三が日（1月1日の00:00～1月3日の24:00）
- 防災週間（8月30日の9:00～9月5日の17:00）
- 防災とボランティア週間（1月15日の9:00～1月21日の17:00）

※体験利用時においても災害運用時と同様に、安否情報の登録、閲覧に伴う利用料金は無料ですが、インターネット接続費用やプロバイダー利用料及び、ダイヤルアップ接続の場合は通信用料等が別途必要になります。

## 災害用伝言板（携帯電話）について

大きな災害が発生したときに、携帯電話で安否確認ができる災害用伝言板サービスです。



### 登録方法

- 1 災害時に各携帯に設置される「災害用伝言板」から「登録」を選択
- 2 安否状況（コメント100文字以内）を入力し、登録
- 3 あらかじめ設定したアドレスあてに送信

### 確認方法

- 1 「災害用伝言板」から「確認」を選択
- 2 安否確認したい方の携帯電話番号を入力し、検索
- 3 最新の安否情報を選択し、確認

詳しくは、各携帯電話会社のホームページ（下記）をご覧ください。

#### ●NTTドコモ iモード災害用伝言板サービス

<http://www.nttdocomo.co.jp/info/disaster/index.html>



#### ●au 災害用伝言板サービス

[http://www.au.kddi.com/notice/saigai\\_dengon/index.html](http://www.au.kddi.com/notice/saigai_dengon/index.html)



#### ●ソフトバンク Yahoo! ケータイ災害用伝言板サービス

<http://mb.softbank.jp/mb/service/dengon/index.html>



#### ●ウィルコム 災害用伝言板サービス

<http://www.willcom-inc.com/ja/info/dengon/index.html>



#### ●イー・モバイル 災害用伝言板サービス

<http://emobile.jp/service/option1.html#saigai>



## (2) その他準備しておくといふこと (もの)

### 【身のまわりの準備】

- 自宅の耐震診断を受け、家具の固定等必要な耐震対策を講じておきましょう。

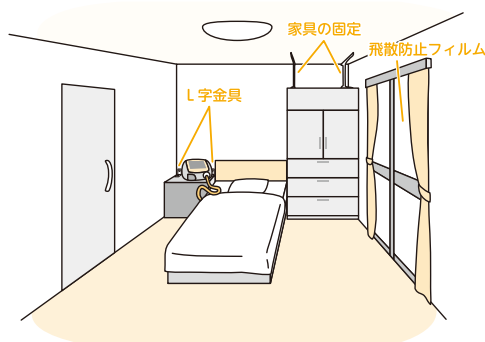
なお、県では、木造住宅の耐震診断、耐震改修に対して補助を行っています。詳しくは、市町村担当課（建築担当）に尋ねるか、県庁ホームページをご覧ください。

(<http://www.pref.oita.jp/site/taishin/shinndanhojo.html>)

- 寝たきりの患者や精密な機械を使用する患者の周辺は、地震でものが落下したり、転倒してきたりするとけがや機器の故障につながるので、ベッドの周囲は整理整頓しておきましょう。

- 家の中から避難場所までの避難ルートを決めておきましょう。

- 生活用水を確保するため、浴槽等に水を満たしておきましょう。



### 【医療・医療機器関係】

- 災害時には、かかりつけの医療機関で治療を受けられるかわかりません。医療情報等を記載した手帳を準備しておく、日頃と異なる医療機関でも適切な治療を受けやすくなります。(P17～21 参照)
- 医療機器の操作や簡単な修理はできるようにしておきましょう。
- 家庭で使用する“たん吸引器”、“アンビューバック（手動式人工呼吸器）”などの医療機器の取扱いについて、家族、ヘルパー等、なるべく多くの人に習熟してもらっておきましょう。

- 中断することができない治療薬については、主治医と相談して、常に手元に一週間分程度が残るよう、計画的な受診を心がけましょう。

- 人工呼吸器、酸素供給器等を使用するために必要な医療材料を確認し、予備を準備しましょう。



- 医療材料は、必ず安全な場所にまとめて保管しておきましょう。
- 消毒薬（布）は、けが以外に、医療機器の清掃等にも使いますので準備しましょう。また、精製水も準備しておきましょう。

### 【その他】

- 自動車は、緊急時の輸送手段として、また、シガーライターソケットからコンセント変換アダプターを通して電源を供給することにも利用できますが、ガソリンがないと動きません。常にガソリン残量については注意しておきましょう。

ガソリン携行缶（金属製）は、ホームセンター等で販売しています。（備蓄するときは、ポリタンクは危険です。）

- 停電に備え、暖房・調理器具等については、電気を使用しないものも準備しておきましょう。カセット式コンロが便利です。
- その他の非常持ち出し品（必要最小限）は、「非常持ち出し袋」に入れ、いざというときにすぐに持ち出せるようにしておきましょう。

※非常持ち出し品（一般分）のチェックリストを **P22 ～ 24** に掲載していますので、確認してみてください。

- 災害時の避難に備え、搬送時の留意点をまとめておきましょう。（**P27** 参照）

## 4 特殊な医療別の準備

### (1) 人工呼吸器を使用している方

停電時と人工呼吸器故障時の対策を準備することが大切です。

- 人工呼吸器指示書のコピーは必ず準備しましょう。
- 人工呼吸器は内蔵バッテリーがほとんどですが、持続時間がどの程度か事前に調べておき、必要ならば外部バッテリーを準備しましょう。また、バッテリーは経年劣化しますので、バッテリーの寿命を定期的に確認しておきましょう。



- 予備の外部バッテリーも用意しておきましょう。

停電が長時間に及ぶ場合は、自家発電装置はノイズが多く、電圧も不安定なため、自家発電装置から外部バッテリーに充電して使用します。

- 必要に応じて、バッテリーの交換を定期的に行うことも考えましょう。
- 長時間にわたり電気が復旧しない場合は、自家用車のシガーライターからコンセント変換専用のアダプターにより電源を確保することもできます。日頃から接続の仕方を訓練しておく必要があります。また、自動車のガソリン残量については、常に余裕を持っておきましょう。
- ひび割れ、ホース破れ等の簡単な補修用に、布製ガムテープを用意しておきましょう。
- アンビューバックは様々なときに使用することがあるので、必ず用意しておく方がよいでしょう。

ただし、介護する人が使用法を習熟していないと有効に使えませんから、なるべく周りの多くの人が操作できるようにしてお

くことも大切です。

- 吸引器を使用している場合は、手動式・足踏み式等の吸引器を準備しましょう。

※災害時に備えた緊急用品の備蓄状況のチェックリストを **P25** に、機器管理の状況のチェックリストを **P26** に掲載していますので、確認してみてください。

## (2) 在宅酸素療法を実施している方

- 予備の酸素ボンベとキャリーを準備しておく  
とよいです。

特に、災害時には、不安や恐怖から呼吸数が増加することがあります。流量により使用可能時間が異なってくるので、ボンベ1本でどのくらいの使用時間があるのか、あらかじめ知っておく必要があります。

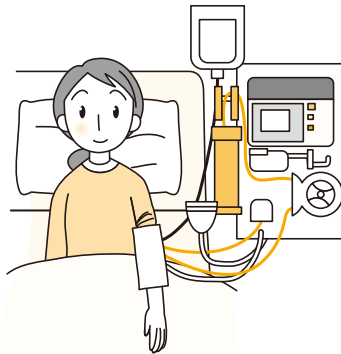
- チューブやカニューレなどの医療材料は数日分用意しておきましょう。
- 日頃から火気には十分注意をしましょう。周囲にも理解を求めておく必要があります。
- 介護者は取扱業者等から在宅酸素療法に関する研修を受け、緊急時には、酸素ボンベへの切り替えができるようにしておきましょう。



## (3) 人工透析をしている方

- 通院している透析施設への災害時の連絡方法、透析施設付近の避難場所、透析中の緊急離脱方法、離脱後の避難場所（集合場所）などを把握しておきましょう。
- 通院中の透析施設が被災した場合に備えて、代替りの透析施設を把握しておきましょう。（自宅周辺、親戚・知人宅周辺、職場周辺等）

- 住んでいる所や通院している透析施設が大規模災害に見舞われた場合に備え、1～2週間地元から離れて透析を受けることも想定しておく必要があります。
- 通院している透析施設が、近隣の透析施設と災害時の協力関係を取り決めている場合もあります。あらかじめ確認しておきましょう。



- 災害時に備えて、普段から災害時の透析に関する情報の入手先について調べておきましょう。(おおいた医療情報ほととネット (<http://iryo-joho.pref.oita.jp/>)、日本透析医会災害情報ネットワーク (<http://www.saigai-touseki.net/>) 等)
- 通院している透析施設以外で透析を受ける場合に備えて、自分の透析情報を記録した手帳等を携帯しましょう。(P19～20参照)
- いつも飲んでいる薬を書きとめておきましょう。避難中も欠かさず飲むべき薬はどれとどれか主治医に尋ね、予備薬を準備しておきます。
- 災害時の食事の管理について、あらかじめ医師や栄養士と話しあっておきましょう。(下記参照)

## 透析患者の災害時の食事管理について

災害時には、①透析が数日間受けられない、②透析回数や透析時間が減少する、③透析は受けられるが食糧が不足する、など多くの困難が予想されます。そのため、普段より厳格に食事管理をする必要があります。



【災害時の1日栄養量比較（外来透析で、体重50kg、尿量0の患者さんの場合）】

平 常 時	区 分	災 害 時
1,350 ～ 1,950kcal	エネルギー	1,300 ～ 1,500kcal
50 ～ 60g	たんぱく質	30 ～ 40g
2,000mg以下	カリウム	500 ～ 1,000mg
750ml	飲水量※	300 ～ 400ml
6g未満	塩分※	3 ～ 4g

（平常時の栄養量は日本腎臓学会「慢性腎疾患に対する食事療法基準2007年版」より、災害時の栄養量は東京都区部災害時透析医療ネットワーク「透析患者災害対策マニュアル（平成22年8月）」より抜粋）

※腎臓の機能が残っていて尿が出ている方は、一日の飲水量・塩分摂取量の制限が少し緩和されます。

【災害時の留意事項】

- 普段から3日分の食糧を備蓄しておく。
- 熱量（エネルギー）を確保するために、しっかり食べる。
- 水分摂取を適正に行う。
- たんぱく質、塩分、カリウムは控えめにする。

【災害時に支給されることが考えられる食品の栄養成分】

	食品名	一個あたりの目安	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	カリウム(mg)	水 分(ml)	食 塩(g)
ご飯 パン	(塩)おにぎり	100g	168	2.5	29	60	0.5
	あんパン	70g	196	5.5	54	25	0.5
	クリームパン	70g	214	7.2	84	25	0.6
	ジャムパン	70g	208	4.6	67	22	0.6
	ロールパン	50g	158	5.1	55	15	0.6
	クロワッサン	50g	224	4.0	45	10	0.6
果物 飲物	バナナ	可食部分 100g	86	1.1	360	75	—
	りんご	可食部分 180g	97	0.7	198	153	—
	みかん	可食部分 80g	37	0.6	120	70	—
	トマトジュース	150g	26	1.1	390	141	0.9
	サイダー	200g	82	—	—	172	—

（文部科学省編「日本食品標準成分表 2010」より抜粋）



# 医療情報等 チェックリスト



## 医療・服用薬に関する情報

診断名

合併症

既往症

命にかかわる薬

常 用 薬 名

用 量 ・ 用 法

禁忌薬剤名

アレルギー（ 有 ・ 無 ）

記入者

所属

氏名

情報記入日

年

月

日

## 医療処置等に関する情報(1)

### 【人工呼吸器使用者】

呼 吸	自 発 呼 吸	有 ・ 無	SpO <sub>2</sub>	%
	機 種			
	換 気 モ ー ド			
	1 回 換 気 量	ml	呼吸回数	回
	I : E 比		気道内圧上限	cmH <sub>2</sub> O
	離 脱	可 (                      分 ) ・ 不可		
吸 引	気管内チューブ	製品名	サイズ	mm
	吸引チューブ	サイズ	Fr	
	吸 引 回 数	回/日 (うち夜間                      回)		
栄 養	摂 取 方 法	経口 ・ 経鼻 ・ 胃ろう ・ I V H ・ その他		
	種類・摂取量	ml/回                      回/日		
排せつ	方 法	尿：	便： (流腸： 要 ・ 否 )	
	通 常 量	尿：	ml/日	便： (      ) 回 / (      ) 日

コミュニケーション方法： 会話 ・ 筆談 ・ 文字盤 ・ 意思伝達装置  
 (具体的に記載)

その他特記事項

### 【酸素療法】

安静時または就寝時	吸入量	ℓ / 分	吸入時間	H / 日
労 作 時	吸入量	ℓ / 分	吸入時間	H / 日


### 【医学的ケアに必要な器具】

器 具 名	
業 者 名	
業者連絡先	
記入者	所属                      氏名

情報記入日                      年                      月                      日

## 医療処置等に関する情報(2)

### 【人工透析】

透 析 導 入 日	昭和 ・ 平成                      年                      月                      日		
透 析 方 法	血液透析 ・ CAPD ・ その他(                      )		
血 液 型	型 Rh (                      )	ドライウエイト	kg
平 常 時 血 圧	/                      mmHg	通常時の心胸比	%
透 析 回 数	週                      回	透 析 曜 日	
透 析 時 間	時間                      分	透 析 時 間 帯	昼 ・ 夜 ・ その他
血 流 量	ml/分	透 析 液 流 量	ml/分
透 析 器	(機種)                      (ろ過面積)                      m <sup>2</sup>		
抗 凝 固 剤	ヘパリン(Na・Ca)・低分子ヘパリン・その他(                      )		
	(初回)                      IU・mg      (持続)                      IU・mg/hr		
注射薬の投与	Fe ・ EPO ・ その他 (                      )		
禁 忌 薬			
透析中の問題点			
原 疾 患 (該当するものに○)	1.慢性腎炎 2.糖尿病性腎症 3.その他 (                      )	シャント	シャント作成 昭・平    年    月    日                      右                      左 
合 併 症			穿刺部位を右図 に記入して下さい A → V →
感 染 症	HBs抗原(＋・－) HCV抗体(＋・－) ワ 氏(＋・－) (                      )		
記入者	所属                      氏名		

情報記入日                      年                      月                      日

# 【人工透析～検査データ】 ※常に新しいものを書き換えましょう。(鉛筆で記入)

(平成 年 月 日)

	透 析 前		透 析 後			
血 圧	/	mmHg	/	mmHg	ヘモグロビン	g/dl
尿 素 窒 素		mg/dl		mg/dl	血 糖 値	mg/dl
クレアチニン		mg/dl		mg/dl	HbA1c	%
カ リ ウ ム		mEq/l		mEq/l	AST	IU/l
カルシウム		mg/dl		mg/dl	ALT	IU/l
リ ン		mg/dl		mg/dl		

(平成 年 月 日)

	透 析 前		透 析 後			
血 圧	/	mmHg	/	mmHg	ヘモグロビン	g/dl
尿 素 窒 素		mg/dl		mg/dl	血 糖 値	mg/dl
クレアチニン		mg/dl		mg/dl	HbA1c	%
カ リ ウ ム		mEq/l		mEq/l	AST	IU/l
カルシウム		mg/dl		mg/dl	ALT	IU/l
リ ン		mg/dl		mg/dl		

(平成 年 月 日)

	透 析 前		透 析 後			
血 圧	/	mmHg	/	mmHg	ヘモグロビン	g/dl
尿 素 窒 素		mg/dl		mg/dl	血 糖 値	mg/dl
クレアチニン		mg/dl		mg/dl	HbA1c	%
カ リ ウ ム		mEq/l		mEq/l	AST	IU/l
カルシウム		mg/dl		mg/dl	ALT	IU/l
リ ン		mg/dl		mg/dl		

自 立 度			
項 目	自 立 度	参考事項	
移 動	自 立 一 部 介 助 全 面 介 助	〈 補 装 具 〉 車 い す 歩 行 器 杖 そ の 他 ( )	
食 事	自 立 一 部 介 助 全 面 介 助	〈 え ん 下 〉 可 ・ 見 守 り ・ 不 可 〈 食 事 摂 取 〉 自 立 ・ 見 守 り 一 部 介 助 ・ 全 介 助	
排 泄	自 立 一 部 介 助 全 面 介 助	〈 尿 意 〉 有 ・ 時 々 ・ 無 〈 便 意 〉 有 ・ 時 々 ・ 無 〈 浣 腸 〉 要 ・ 否	
意 思 疎 通	自 立 一 部 介 助 全 面 介 助	〈 方 法 〉 声 ・ 言 語 筆 談 文 字 盤 そ の 他 ( )	
服 薬 管 理	自 立 一 部 介 助 全 面 介 助	〈 ひ ど い 物 忘 れ 〉 無 ・ 時 々 ・ 有	
記入者	所属 _____ 氏名 _____		

情報記入日                      年           月           日



# 非常持ち出し品(一般分)チェックリスト

(出典：阪神・淡路大震災記念 人と防災未来センター)

## 一次持ち出し品

避難時にすぐ持ち出すべき必要最小限の備えで、被災時・非常時の最初の1日間をしのぐための物品です。

確認日 年 月 日

1. 基本品目31点 あらゆる家庭に共通して必要(参考として大人2人分を表示)			
番号	品 名	数 量 大人 2人分	備 考 メ モ
1	非常持ち出し袋	1個	家の中の取り出しやすい所に置く。 各家庭で最低1つは用意。
2	缶入り乾パン(110g)	2個	氷砂糖入り。最低限の食料として。
3	ペットボトル入り飲料水(500mℓ)	6本	水は「1人1日3ℓ」の備えが必要と言われるが、持ち運び時の重量の点から、半分の「1人1日1.5ℓ×2人分」程度が妥当とした。保存性の良い「スーパー保存水(500mℓ)」もある。
4	懐中電灯	2個	さまざまな種類があるが、自分が使い慣れたもの、使いやすいシンプルなものを目安に。電池式は予備電池の備えも忘れずに。電池不要・手動発電式もある。1人1個がベスト。
5	ローソク	2本	長時間の使用に適している。
6	ライター	2個	ローソク・暖房器具への点火などに。マッチより使い勝手がよい。
7	携帯ラジオ	1台	被災時の情報収集は不可欠。予備電池も忘れずに。
8	万能はさみ	1セット	ハサミ、ナイフ、缶切り、栓抜きなどの機能がある複合ツールがひとつあると便利。「サバイバルナイフ」など。また、各機能ごとの単品の用意でも可。
9	軍手・手袋	2対	軍手なら熱にも強い綿100%のものを。 皮手袋は、ガラスの破片の片付け等で役に立つ。
10	ロープ 7m～	1本	救助用、避難はしごの代用となる。 人の体重を支えられる強度のあるものを。
11	救急袋	1枚	12～20をまとめて収納する。
12	毛抜き	1本	<ul style="list-style-type: none"> <li>・とげ抜き、ピンセット等として使える。</li> <li>12～20をまとめて、11(救急袋)に収納する。</li> <li>・防寒用としても重要。</li> <li>・あわせて処方箋のコピーも。</li> </ul>
13	消毒薬	1本	
14	脱脂綿	適当量	
15	ガーゼ(滅菌)	2枚	
16	ばんそうこう	10枚～	
17	包帯	2巻	
18	三角巾	2枚	
19	マスク	2枚	
20	常備薬・持病薬など	適当量	
21	レジャーシート 2畳	1枚	1人あたり1畳分程度がほしい。避難先のスペース確保に。
22	サバイバルブランケット	2枚	非常時の軽量防寒ブランケット。
23	簡易トイレ	2枚～	非常時において、トイレにいけないことはかなり深刻。「簡易トイレ」として市販されている袋型のものを備えておきたい。
24	タオル	4枚～	汚れの抜き取り、ケガの手当て、下着の代用など、用途は広い。 汎用性が高いので、少し多めに用意するのがおすすめ。
25	ポリ袋	10枚	大小合わせて10枚程度。 物を入れる。雨具の代用としてかぶるなど、汎用性が高い。
26	トイレトペーパー	1ロール	水に溶ける。トイレのほか、多用途。
27	ウェットティッシュ	2個～	水がない時、役に立つ。
28	現金(10円玉)	約50枚	公衆電話用。100円玉があってもよい。(非常時、携帯電話・自宅電話とも機能しない可能性がある。カード系の機種は電気が落ちていると使えない。)
29	ガムテープ(布製)	1個	伝言メモを貼るなど。
30	油性マジック(太)	1本	伝言を書く。
31	筆記用具	1セット	メモ帳とペン類。

2. 必需品・貴重品類		個々の事情によって必要性が異なる。
1	現金	
2	車や家の予備鍵	
3	予備メガネ・コンタクトレンズ等	
4	携帯電話	
5	預金通帳	コピーや番号の控えなどの工夫も可。
6	健康保険証	コピーや番号の控えなどの工夫も可。 身分証明ともなる。
7	運転免許証	
8	パスポート・外国人登録証等	
9	印鑑	
10	証書類	
11	住民票	
12		
13		

3. 女性用品		個々の事情によって必要性が異なる。
1	生理用品	備の手当て等ガーゼの代用としても重宝する。
2	ホイッスル付ライト	
3	鏡	
4	ブラシ	
5	化粧品	
6	おりものシート	下着の代用としても重宝する。
7		
8		

4. 高齢者用品		個々の事情によって必要性が異なる。
1	おむつ	
2	着替え	
3	持病薬	
4	予備メガネ	
5	看護用品	
6		
7		

5. 赤ちゃん用品		個々の事情によって必要性が異なる。
1	粉ミルク	
2	哺乳びん	
3	離乳食	
4	スプーン	
5	洗淨綿	
6	バスタオル	
7	ガーゼ	
8	紙おむつ	
9	母子手帳	
10	玩具	
11	着替え	
12	ベビーカー	荷物運搬用としても役立つ。(非常持ち出し袋には入らない。)
13		
14		

○これらの品は「非常持ち出し袋」に入れ、いざというときにすばやく持ち出せる所に置きましょう。  
 ○「一次持ち出し品」とともに、避難時に身につける「防災頭巾」「はきもの」も備えましょう。

## 二次持ち出し品

避難した後で少し余裕ができてから安全を確認して自宅へ戻り、避難所に持ち出したり、または自宅で避難生活を送る上で必要なものです。

救援物資が届くまでの数日間（3日間程度）、自足できる分量を備えましょう。

確認日 年 月 日

番号	区分	品 名	数 量	重要度	備 考 メ モ
1	飲料	飲料水		◎	2Lのペットボトル6本入りの箱で購入し、備える。
2		非常用給水袋			水を蓄える、運ぶ。
3	食料	アルファ米			◎ 各自の嗜好も照らして、3日間分程度をしのぐ食料品を備える。
4		乾パン			
5		パン缶			
6		インスタントラーメン			
7		缶詰類			
8		レトルト食品			
9		切り餅		◎	
10		スープ			
11		味噌汁			
12		ビスケット			
13		キャンディ			
14		チョコレート			
15		塩			
16	衣類	上着			○ 季節・個々の状況により必要な物、数量を判断。
17		下着		○	
18		靴下			
19	生活用品	タオル			
20		バスタオル		○	
21		毛布			
22		雨具			
23		予備電池			
24		卓上コンロ			
25		ガスボンベ			
26		固形燃料		◎	
27		鍋			
28		ラップ			食器の上に敷いて用いると食器を洗わずにすみ、貴重な水の節約になる。けがの応急処置にも役立つ。
29		アルミホイル			
30		やかん			
31		皿（紙・ステンレスなど）		○	
32		コップ（紙・ステンレスなど）			
33		わりばし			
34		スプーン			
35		フォーク			
36		歯ブラシ			
37		石鹸			
38		ドライシャンプー			
39		携帯電話の充電器		○	電池式・手回し式など各種ある。
40		新聞紙			
41		使い捨てカイロ			
42		安全ピン			
43	その他	チェックリスト		△	非常持ち出し品の内容のチェックリスト。

重要度の設定：◎…必需品 ○…備えておきたい品 △…あると便利

○数量は各家庭の家族構成に基づき、検討しましょう。

○持ち出しやすい容器にまとめて、常備しましょう。

# 人工呼吸器使用者用災害時の備えチェックリスト

## 【緊急用品の備蓄状況】

確認日 年 月 日

緊急用品の種類		備蓄の有無	備 考
人工呼吸器	呼吸器回路（予備）		
	気管カニューレ（予備）		
	人工鼻		
	パルスオキシメーター（SPO2）		
	アンビューバック		
非常用電源	外部バッテリー		
	シガーソケット対応インバーター又は発電機		
	延長コード		
吸引器	携帯用（内部バッテリー付）、足踏み式又はピストン式吸引器		
	吸引カテーテル（予備）		
	外部バッテリー		
酸素在宅	酸素ボンベ		
医療材料等	ガーゼ		
	アルコール綿		
	滅菌グローブ（使い捨てグローブ）		
	蒸留水		
	注射器		
	オムツ		
医薬品	服用薬		
	経管栄養剤		

※ 災害時に、本格的救助やライフラインの回復に約3日かかるといわれているため、3日（72時間）を乗り越えることができるだけの準備が必要

# 【機器管理の状況】

確認日 年 月 日

点 検 項 目		点検結果	
		可(有)	否(無)
人工呼吸器	○人工呼吸器をはずしてどのくらい過ごせるか、わかっているか。		
	○基本操作はできるか。		
	○取扱説明書を保管しているか。		
	○設定を記録しているか。		
	○アラームの意味がわかり、対応ができるか。		
	○回路交換ができるか。		
	○電源の稼働状態（どの電源で動いているのか）がわかるか。		
	○内部バッテリーの持続時間がわかるか。		
	○加温加湿器を利用している場合、人工鼻に変換できるか。 人工鼻の利用ができない場合、停電時の対応ができるか。		
	○パルスオキシメーターの数値の見方はわかるか。		
	○パルスオキシメーターの数値が異常値を示している場合、 対応はできるか。		
	○アンビューバックの使い方がわかるか。		
	○アンビューバックを定期的に点検しているか。		
	非常用電源		
痰吸引器	○外部バッテリーの接続はできるか。		
	○外部バッテリーは定期的に点検・充電しているか。		
	○外部バッテリーの持続時間がわかるか。		
在宅酸素	○外部バッテリー以外の電源について、実際に利用できるか。		
	○上記について、定期的に訓練（点検）しているか。		
	非常用電源		
共通	○電気式吸引器以外の方法で吸引できるか。		
	○外部バッテリーの接続はできるか。		
	○外部バッテリーは定期的に点検・充電しているか。		
在宅酸素	○酸素補給なしでどのくらい過ごせるか、わかっているか。		
	○酸素ボンベと人工呼吸器の接続はできるか。		
	○酸素ボンベとアンビューバックの接続はできるか。		
共通	○それぞれの機器等（非常用電源含む。）の管理業者の連絡先 がわかっているか。		
	内部バッテリー	外部バッテリー	計
	分	分	分

## 搬送時の留意点

項	目	留 意 点
呼	吸	問題なし 人工呼吸器 酸素療法
移	動	自力でできる 介助歩行 できない
コミュニケーション		音声・言語（口頭で） 筆談 文字盤 その他（ ）
必要とする補装具		車いす 歩行器 杖 その他（ ）
そ の 他 留 意 点 （ 希 望 事 項 ）		

## 【その他緊急時連絡先】

区 分	所 属	連絡先等	
	担当者氏名		
医療機関		住 所	
		電話番号	
医療機関		住 所	
		電話番号	
薬 局		住 所	
		電話番号	
ケアマネジャー		住 所	
		電話番号	
訪問看護 ステーション		住 所	
		電話番号	
ヘルパー ステーション		住 所	
		電話番号	
医療機器 ( ) 取扱業者		住 所	
		電話番号	
医療機器 ( ) 取扱業者		住 所	
		電話番号	
保健所		住 所	
		電話番号	
市町村 (難病担当)		住 所	
		電話番号	
市町村 (防災担当)		住 所	
		電話番号	
消防署		住 所	
		電話番号	
民生委員		住 所	
		電話番号	
電力会社		住 所	
		電話番号	
		住 所	
		電話番号	

